

Une mobilité sûre et durable pour les seniors

L'Automobile Club Association a lancé son nouveau site internet : Mobisenior.fr. Ce site propose un véritable accompagnement pour permettre aux seniors de préserver leur mobilité, le plus longtemps possible en toute sécurité.

Plus d'une personne sur cinq en France à 65 ans ou plus. Cette part augmente depuis 30 ans et continuera d'augmenter, tout comme les besoins d'une mobilité adaptée pour nos aînés. La mobilité (en auto, à vélo, à pied, en transport en commun, etc.) est essentielle à chacun de nous, à chaque âge, mais encore plus lorsque l'on est senior. C'est un enjeu social et économique majeur, essentiel au bien vieillir.

Rester mobile, c'est rester indépendant et autonome. C'est un besoin vital pour éviter l'isolement et continuer à tisser du lien social. C'est le gage d'une bonne santé physique et psychique.

UN SITE OUVERT À TOUS, AUX CONTENUS ET OUTILS NOMBREUX ET GRATUITS

Des outils d'autoévaluation

Des questionnaires d'autoévaluation et de tests interactifs performants et totalement anonymes pour tester ses fonctions cognitives, sa vision, son audition, ses connaissances, depuis chez soi, de manière ludique, avec des résultats en ligne immédiats.

Des conseils pour rester mobile

Des conseils utiles et pratiques pour rester mobiles partout et même chez soi : aide au choix des modes de déplacement, fiches conseils de prévention des accidents domestiques, loisirs, voyages, etc.

Des renseignements sur les aides et accompagnements

Des informations pour s'y retrouver parmi toutes les possibilités d'aides et d'accompagnement relatives au maintien et à l'aménagement du domicile, aux soins et aides ménagères, à la domotique et téléassistance, etc.

Des Ateliers de la mobilité

La possibilité de s'inscrire et participer à des Ateliers de la mobilité, spécialement conçus pour les seniors, pour aller encore plus loin dans sa démarche de maintien d'une mobilité sûre et durable.

Des conseils pour les familles

Des outils et des conseils destinés aux familles et aux aidants pour leur permettre de détecter des signaux d'alerte dans la mobilité d'un proche et d'aborder ce sujet de manière appropriée et sans maladresse.

[Mobisenior.fr](http://mobisenior.fr) est un site soutenu par la Délégation à la Sécurité routière et élaboré en lien avec nos partenaires de longue date, la Fédération Internationale de l'Automobile (FIA), le Crédit Mutuel et Essilor, experts et engagés en faveur de la sécurité routière.

Pour aller plus loin : mobisenior.fr